

これって私だけ？ 生理（月経）不順について

月経周期

短い **頻発月経**

1か月に**2.3回**月経がある状態。
不正出血の可能性も。

正常 **正常な範囲 25日~38日**

長い **希発月経** 周期が**39日以上**。排卵がない場合注意が必要。



- 生理は毎月同じ日に来るとは限りません。4日程度の変動は問題ありません。また精神的なストレスで1週間ぐらいうずれることもあります。個人差があり、周期が24日程度の人や33日の人もあります。ただ、今回は21日、次回は36日後と間隔が**極端なばらつき**がある場合は注意しましょう。